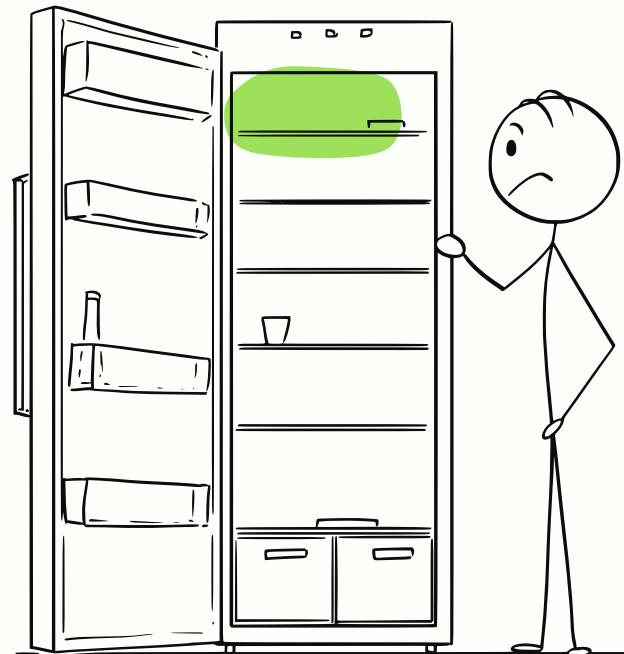


Veiller au bon remplissage du réfrigérateur

Régler le congélateur à -20°C

Régler le réfrigérateur à 5°C

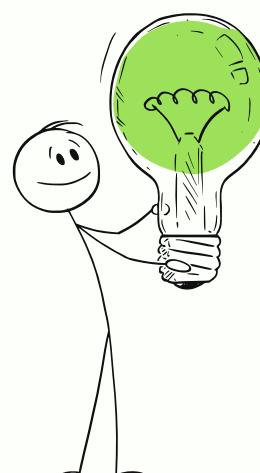
Dégivrer son congélateur au moins 1 fois par an.



≈ 24 €/an
d'économisé

Un appareil électrique branché c'est comme une fuite d'eau!

≈ 92 €/an
d'économisé



Éteindre la lumière en sortant
Utiliser des LED
Débrancher tous les appareils

Chauffer : 19 °C (espace de vie) et 16-17 °C (chambre)
Aérer régulièrement, chauffage éteint

Privilier la douche au bain.

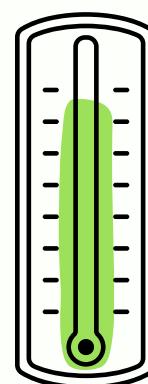
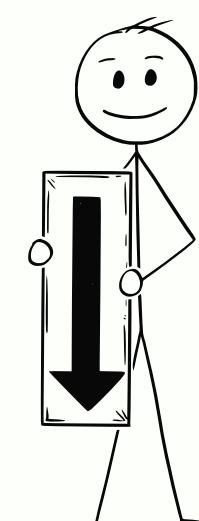
Limiter le temps de douche

Récupérer l'eau froide en attendant l'eau chaude (pour arroser par exemple)



Et pourquoi ne pas équiper les robinets de mousseurs?

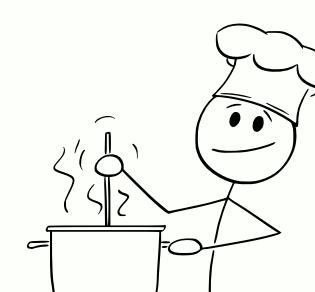
≈ 180 €/an
d'économisé



Mettre un couvercle pour chauffer l'eau ou utiliser une MARMITTE NORVEGIENNE

La marmite norvégienne garde la chaleur d'un plat porté à ébullition pour qu'il finisse de cuire sans énergie. On économise jusqu'à 80% d'énergie.

On chauffe, on place dans un contenant isolé (boîte en carton, en bois, glacière...) et ça cuît tout seul !



En savoir plus sur la marmite

<http://www.marmite-norvegienne.com/>

